

# ASSÉDIO MORAL NAS RELAÇÕES DE TRABALHO

SAIBA COMO SE DEFENDER



# A razão da proposta

Em 2003, diante da ausência de legislação sobre o assédio moral, e de uma vivência sindical, observando relações de trabalho deterioradas que impediam o crescimento profissional de centenas de trabalhadores (as), apresentamos na Câmara Federal o Projeto de Lei 2369/03. Em análise nas comissões técnicas daquela Casa e em debates em audiências públicas em Brasília e outros estados, o projeto já tem o apoio total do Ministério do Trabalho e Emprego do Governo Lula.

O assédio moral precisa ser visto como um péssimo negócio para as empresas porque adoce seus (suas) funcionários (as) e prejudica a própria produtividade. E o (a) trabalhador (a) precisa saber reconhecer e denunciar o assédio moral.



# O autor do projeto

**MAURO PASSOS** exerce o primeiro mandato de Deputado Federal pelo Partido dos Trabalhadores de Santa Catarina. Por 15 anos foi dirigente do SINERGIA – Sindicato dos Eletricitários de Florianópolis. A experiência legislativa iniciou com os dois mandatos de Vereador na capital catarinense - 1997 a 2002, quando assumiu a vaga na Câmara Federal. Como parlamentar pauta sua atuação na fiscalização dos recursos públicos, na valorização e preservação ambiental e defesa dos direitos da classe trabalhadora. É membro das Comissões de Minas e Energia, do Mercosul e do Meio Ambiente.



O que é  
assédio  
moral no  
trabalho?



É o mesmo que violência moral. Quando um chefe, gerente, encarregado ou mesmo colega de trabalho submete o (a) trabalhador (a) a vexames, constrangimentos ou humilhações de forma repetitiva e prolongada, é considerado assédio moral. A humilhação pode acontecer através de palavras ou de outras atitudes autoritárias que gerem constrangimentos, como revistas íntimas ou atitudes que transformem o ambiente de trabalho em um ambiente ruim. O assédio moral humilha e desqualifica, desestabilizando a relação da vítima com a organização e o ambiente de trabalho.

# Qual a origem do assédio moral?

Essa prática que vem crescendo em todos os ambientes de trabalho no mundo é resultado da necessidade de pessoas ambiciosas e de má fé de se sobressaírem e se imporem às outras de forma perversa. Submetidos à pressão do dia-a-dia, em ambientes hostis, trabalhadores (as), sofrem calados e não reagem. Não percebem o mal que estão lhe fazendo, tanto para sua profissão quanto para a saúde e auto estima.



# Como reconhecer o assédio moral

se seu chefe freqüentemente...

- fala com você aos gritos, faz ameaças e intimidações
- questiona seus atestados médicos
- marca o número de vezes que você vai ao banheiro
- diz que você tem problemas psicológicos
- espalha fofocas a seu respeito
- zomba de suas características físicas
- passa tarefas humilhantes
- sobrecarrega você de novas tarefas
- isola você de outros colegas
- proíbe que seus colegas falem com você
- não lhe dirige a palavra e ignora sua presença, dirigindo-se apenas aos outros
- critica sua vida pessoal
- retira sua autonomia e seus instrumentos de trabalho



O que acontece  
com a saúde  
das vítimas de  
assédio moral?





- aumento de peso ou emagrecimento exagerado
- distúrbios digestivos
- palpitações, dores no peito, pressão alta, tremores
- aumento no consumo de bebidas alcoólicas e outras drogas
- estresse
- depressão, medo acentuado, tristeza, perda de auto-estima
- irritação constante, falta de confiança em si mesmo, cansaço exagerado
- dificuldades para dormir, pesadelos
- sentimento de culpa, pensamentos suicidas
- mudança de personalidade, passando a praticar a violência na família
- falta de esperança no futuro

Quem são as  
vítimas mais  
freqüentes  
nas empresas?



- as mulheres (principalmente as grávidas ou que têm filhos pequenos)
- os (as) portadores (as) de doenças relacionadas ao trabalho (LER/DORT)
- vítimas de acidentes de trabalho
- negros (as)
- homossexuais
- portadores (as) de necessidades especiais
- trabalhadores (as) com mais de 40 anos
- pessoas que se sobressaem por sua postura crítica e que contestem regras injustas

# O que fazer?

**1 RESISTA!** Não se deixe abater, converse com amigos na empresa e sobretudo com a família sobre a situação.

**2 FORTALEÇA LAÇOS!** Cultive o companheirismo, a boa amizade, a sinceridade entre amigos, as relações afetivas que permitam haver confiança para falar o que se sente.

**3 SEJA SOLIDÁRIO!** A solidariedade é fundamental. Ter a capacidade de sentir que uma injustiça ou um ato agressivo cometido contra colegas o afetam de alguma forma. Isto é solidariedade, que, no conjunto, propicia maior capacidade para enfrentamento dessas situações de agressões e humilhações no trabalho.

# 4

## DÊ VISIBILIDADE – DENUNCIE!

O isolamento e o silêncio são muito ruins para você e para seus colegas. Se perceber que está diante de uma situação de assédio moral, denuncie, reclame. Tem que colocar a “boca no mundo” para evitar que a sua saúde física e mental sejam prejudicadas.

# 5

**ANOTE TUDO!** Ao perceber que o assédio moral está ou pode vir a acontecer com você, comece a anotar, fazer um diário com todos os detalhes e datas, inclusive constando quem presenciou a cena. Esta será uma poderosa arma para você.



# Histórias reais

## NA INDÚSTRIA

“Toda vez que alguém apresenta atestado médico para a empresa, a encarregada vira um bicho, chega a nos chamar de trapaceiras, sem-vergonhas, bicho, ameaçando até chamar a polícia. Algumas, só de ouvir o nome dessa chefe, chegam a sentir calafrios, tontura, pavor, etc.” (Z.S. - *Rio do Sul*)

---



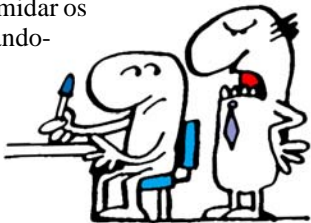
“Na empresa eles têm o costume de acusar as funcionárias de roubo de algumas coisas como, por exemplo, coisas que faltam na cozinha, na bolsa das chefes, etc, o que não é verdade. Várias pessoas que saíram da empresa, saíram por esse motivo.” Na mesma empresa, as trabalhadoras recentemente tiveram que passar por uma revista para ver quais delas estavam menstruadas, por causa de uma mancha de

sangue no vaso sanitário do banheiro. “Como era dia de encerramento e de revelação do amigo secreto, eles fizeram uma reunião antes e o patrão falou que, da próxima vez que isso acontecesse, ele mesmo iria revistar e saber quem era a relaxada que tinha feito isso. (...) Que sentiria vergonha e nojo se tivesse uma mulher assim.” (S.N.C. - *Chapecó*)

## NOS BANCOS

Comunicado do superintendente de uma agência: “A equipe é desqualificada para a magnitude das metas”; “Melhor transformar a agência em lotérica”. Um outro administrador chegou a colocar rodas atrás das cadeiras dos empregados que não atingiram as metas traçadas. O objetivo foi intimidar os empregados, dando-lhes o rótulo de “roda presa”.

(*bancários do MS e PR*)



## NO SERVIÇO PÚBLICO

“Você se situa no mundo pensando ‘eu sou uma jornalista, eu sou uma psicóloga, eu sou uma faxineira, eu faço determinado tipo de trabalho’. Quando você é humilhado, assediado moralmente, cada vez que vai e volta de um afastamento médico, vai perdendo essa identidade. Todo dia lhe mudam de setor ou lhe dão tarefas que não têm a ver com o seu serviço. Você chega no seu trabalho e não sabe o que vai fazer hoje. Isso dá uma sensação de incapacidade muito grande. Aos poucos os seus próprios colegas tendem a ignorá-lo. Você se sente mal e sai. Quando volta, parece um fantasma no meio daquelas pessoas que estão fazendo as suas tarefas.” *(psicóloga do trabalho Teresinha Martins dos Santos Souza/ SP).*





## NO TELEMARKETING

“Por economia, a empresa não contratou mais ninguém e nos obrigou a trabalhar em dobro. Nós tínhamos 28 segundos para atender um cliente quando ele solicitava a informação. De uma hora para outra a empresa passou para 18 segundos. Todos os dias o supervisor mostrava um relatório do dia anterior e dizia que não estávamos no perfil da empresa por que nosso tempo médio de operação não ficava na média dos 18 segundos e que até o final do mês nós tínhamos que recuperar o tempo perdido com a nossa lerdeza.” (S. A. - *Florianópolis*)



# NO COMÉRCIO



“O mais comum para quem trabalha no comércio é o patrão mandar a gente bater o ponto no final do dia e continuar trabalhando e essas horas extras a gente nunca consegue receber. Se não fizemos isso, eles vão lá no computador e alteram. O pior é que nem podemos dizer que não vamos fazer hora extra por que se não somos demitidos.”  
(*LMN - Florianópolis*)

O conteúdo desta cartilha tem como referência o trabalho da Dra. Margarida Barreto, médica, psicóloga e pesquisadora em São Paulo. Agradecemos aos (as) trabalhadores (as) que contribuíram para a elaboração desta publicação.

# Relator é favorável

Você viu nesta cartilha o que essa violência, que é o assédio moral, representa para a vida das pessoas. Não podemos nos calar diante de monstruosidades cotidianas. Resgatar a dignidade, a identidade, o respeito e a auto-estima de quem sofre com estas práticas repressoras é um dos objetivos do Projeto 2369/03, do deputado Mauro Passos. Como relator da proposta, sou favorável. Quando este projeto virar lei, o juiz que julgar um caso como os relatados nesta cartilha, poderá definir que quem deve provar que não cometeu assédio moral é a empresa. E isso será uma grande conquista para a classe trabalhadora do Brasil e quem sabe da América Latina.



**VICENTINHO**

Deputado  
Federal  
PT/SP

# Saiba mais sobre Assédio Moral

<http://www.assediomoral.org>

<http://www.tribunalpopular.hpg.com.br>

<http://www.sindquimsp.org.br/Default.aspx>

<http://www.fenae.org.br/assediomoral/nacaixa.htm>

<http://www.sintrajud.org.br/assedio3.htm>

Se você se reconheceu como uma vítima de  
assédio moral, denuncie!

telefone: 48 224-8023 (das 14 às 17h)

[assediomoral@mauropassos.com.br](mailto:assediomoral@mauropassos.com.br)

Esta cartilha é uma contribuição do deputado federal  
Mauro Passos (PT/SC) para o debate sobre assédio  
moral nas relações do trabalho

Arte: Frank Maia/Traça Editorial

Apoio: Alessandra Mathyas, Schirlei Azevedo, Sabrina  
Franzoni e Ana Maria Sokacheski

Endereço: Rua Lacerda Coutinho, 100 – Centro

CEP 88015-030 – Florianópolis – SC

Impresso em papel 100% reciclado.